



# 負向情感對意義感的影響：意義尋求之調節效果

中原大學心理系

專題生：林鈺庭 指導教授：李怡真

## 研究動機與目的

生命意義感(meaning in life, 以下簡稱「意義感」)在許多研究中已被證實對於人的生活相當重要(Steger, 2009), 意義感也是個體幸福感的重要指標之一(Ryff, 1989), 但過去少有研究針對產生意義感的過程進行探索(Joshua et al., 2010)。過去研究顯示, 正向情感與負向情感皆為影響意義感的重要因素(Kyla et al., 2015), 其中正向情感可以預測、提升個體的意義感(Hicks & King, 2007; King et al., 2006; King & Hicks, 2009); 反之, 負向情感會顯著降低個體的意義感(Serife & Nazife, 2015)。然而也有研究顯示, 個體在經歷創傷事件後雖然會伴隨著負向情感的增加, 但也更容易伴隨著意義感的重建(Steger et al., 2006)。有鑑於負向情感會降低意義感, 究竟在負向情感之下, 意義感是如何重建或再生的呢? 有研究發現, 當個體產生負向情感時, 會提升其在生活中尋找意義的傾向(Steger et al., 2008), 而個體的意義尋求(search for meaning)又與其意義感呈顯著正相關(Serife & Nazife, 2015)。綜合以上文獻可知, 個體產生負向情感時, 不只會降低其意義感, 也能夠幫助其維持或提升意義感, 而意義尋求在此過程中似乎扮演某種特定的角色, 因此本研究想延續過去研究更深入探討負向情感與意義感之間的關係, 並嘗試了解意義尋求在其中扮演的角色。

意義尋求像負向情感一樣能夠幫助個體維持意義感, 而負向情感對意義感產生影響的過程中是否同時受到意義尋求的影響? 因此本研究假設意義尋求在負向情感到意義感之間有調節效果, 當個體處於負向情感時所伴隨著的意義尋求程度不同, 可能使意義感程度也有所不同。

## 重要概念與定義

正向(positive)與負向(negative)情感(Affect)是一種短期情緒狀態, 也是一種長期的性格特徵。正負向情感為兩種獨立的情緒性傾向, 個體可透過這樣的特質與環境互動, 產生獨立的經驗認知與感受情緒。(Watson, 1988)

意義尋求(search for meaning): 個體對人生意義的積極追尋程度(強調過程)(Steger, 2010)。

意義感(presence of meaning): 個體對自己人生是否有意義的感受程度(強調結果)(Steger, 2010)。

## 研究樣本與測量工具

發放紙本問卷與網路問卷共143份有效問卷, 男性34人, 女性109人(約1:3), 年齡分佈18到52歲, 平均年齡22.55歲(SD=4.95)

1. 生命意義量表(The Meaning in Life Questionnaire): 由Steger等人(2006)編製, 江穎盈(2008)將其中文化, 題目分成意義尋求與意義感各五題, 共十題, 為李克特七點量表(1完全不同意-7非常同意)。

2. 正負向情感量表中文版(the Positive and Negative Affect Schedule Questionnaire): 由Watson等人(1988)編製, 胡逸涵(2016)將其中文化, 題目分成正向與負向情感各十題, 共二十題, 為李克特五點量表(1非常輕微-5非常強烈)。

## 研究結果與討論

表1  
各變項間相關係數表

	負向情感	意義尋求	意義感
負向情感	1		
意義尋求	.042	1	
意義感	-.436**	.020	1

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

由表1可知, 負向情感與意義尋求呈正相關, 代表當個體產生負向情感時, 會提升其意義尋求; 意義尋求與意義感呈正相關, 代表當個體產生意義尋求時, 會提升其意義感; 負向情感與意義感達顯著負相關, 代表當個體產生負向情感時, 會降低其意義感, 結果皆符合過去研究結果。負向情感產生會伴隨意義尋求的提升, 且個體有越高的意義尋求更容易有更高的意義感與本研究假設相呼應。

以負向情感為獨變項, 意義尋求為調節變項, 意義感為依變項, 各變項經過平減處理(以避免其共線性)後以線性迴歸檢驗研究假設之調節效果如下表。

表2  
負向情感與意義尋求對意義感的影響之線性迴歸表

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	24.177	.442		54.687	.000
1 負向情感	-.375	.064	-.444	-5.905	.000*
意義尋求	.070	.089	.060	.792	.429
負向情感*意義尋求	.023	.011	.162	2.143	.034*

Dependent Variable: 意義感

由表2可知, 負向情感與意義尋求對意義感達顯著的交互作用影響( $\beta = .162, p < .05$ ), 代表負向情感對意義感之影響會同時受到意義尋求高低而有所不同, 意義尋求在負向情感到意義感之間有調節效果, 符合本研究假設。

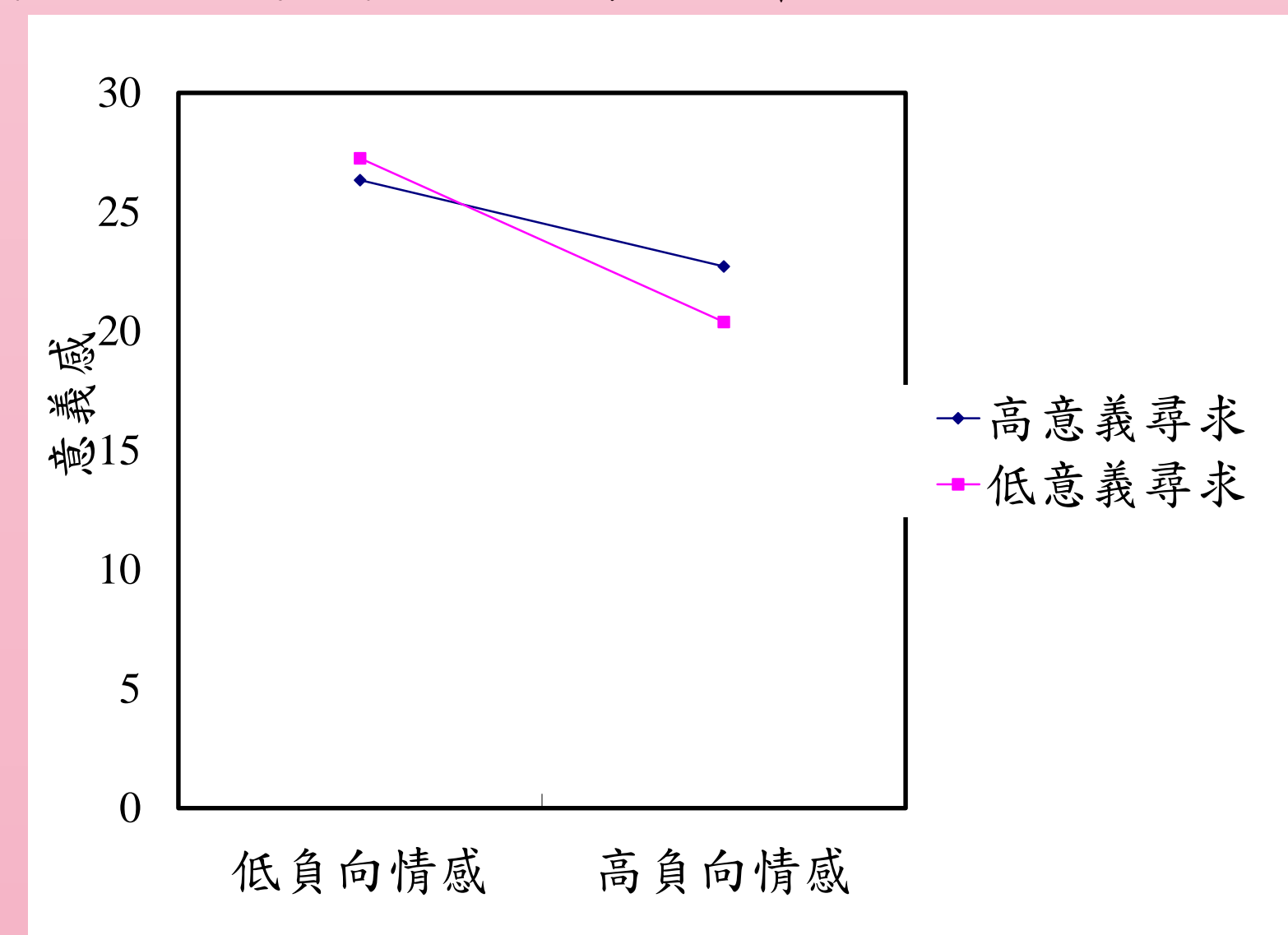


圖1 負向情感與意義尋求對意義感之交互作用圖

由圖1可看出雖然當個體負向情感越高, 意義感也越低, 但個體在高負向情緒時, 若能伴隨更高的意義感追尋, 則更容易經驗到更多的意義感; 個體處於低負向情緒時, 即使積極追尋意義感, 但相較於較少追尋意義感者, 其意義感並沒有比較高。

## 實務意涵與限制

本研究證實意義尋求為負向情感到意義感之間的調節變項, 但意義感的本質仍屬於較複雜難以測量之變項, 除了本研究探討之意義感產生的過程, 未來研究將可繼續討論意義感對人之影響的不同階段或觀察是否有其他調節變項的存在。本研究對於負向情感測量較侷限, 無法完整測量深層的影響因素(eg. 憂鬱、焦慮), 未來研究可考慮提升測量工具的多元性。

## 參考文獻

- 蕭碧玲(2016)。以病為師與意義追尋:量發展及人格因素與心理健康。國立高雄師範大學諮商心理與復健諮商研究所碩士論文, 未出版, 高雄。
- 胡逸涵(2016)。保險銷售人員情緒勞務與正負向情感之調查研究。國立海洋大學教育研究所碩士論文, 未出版, 基隆。
- David Watson, Lee Anna Clark & Auke Tellegen(1988). Development and Validation of Brief Measures of Positive and Negative Affect: The PANAS Scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 54, No. 6, 1063-1070.
- Michael F. Steger, Patricia F., Shigehiro O. & Matthew K. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the Presence of and Search for Meaning in Life. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 53, No. 1, 80-93.
- Joshua A. H., Rebecca J. S. & Laura A. K. (2010). Social Threats, Happiness, and the Dynamics of Meaning in Life Judgments. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36(10), 1305-1317.
- Serife Işık & Nazife Üzbe. (2015). Personality Traits and Positive/Negative Affects: An Analysis of Meaning in Life among Adults. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 15(3), 587-595.
- Kyla A. M., Todd B. K., Jerome L. S. & John B. N. (2015). Relationships Between Meaning in Life, Social and Achievement Events, and Positive and Negative Affect in Daily Life. *Journal of Personality*, 83(3), 287-298.